

Утверждаю:  
Зарегистрированный МАДОУ №9  
Т.А. Мухамедьярова

16 октября 2023г.

	ясли		Дошколянки	
	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал
<b>Завтрак 8-00</b>				
Каша - ассорти	100	97,40	200	195,47
Чай с молоком	180	52,40	200	58,29
Батон	30	65,10	30	65,10
Яйца вареные	40	58,50	40	58,50
<b>итого за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>273,40</b>	<b>470</b>	<b>377,36</b>
<b>Второй завтрак 10-00</b>				
Сок	150	105	180	126
<b>Обед 12-00</b>				
Салат из капусты белокачанной с кукурузой	40	35,7	60	53,60
Борщ со сметаной	150	69,80	200	103,60
Печень, тушёная в соусе	70	112,2	90	147,47
Картофель отварной	110	108,50	150	146,50
Компот из изюма	150	75,70	200	101,0
Хлеб пшеничный/ Хлеб ржаной	40	75,70	50	99,20
<b>итого за обед</b>	<b>560</b>	<b>477,60</b>	<b>750</b>	<b>651,37</b>
<b>Полдник 15-00</b>				
Салат из моркови и яблок	40	40,60	60	56,60
Йогурт	150	137,25	180	164,7
Ватрушка с творогом	60	135,60	60	135,60
Хлеб пшеничный	10	23,50	20	47,0
<b>итого за полдник</b>	<b>260</b>	<b>336,95</b>	<b>320</b>	<b>403,90</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1320</b>	<b>1192,95</b>	<b>1720</b>	<b>1558,63</b>